

9月	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
21	道場合宿& 昇級審査会 審査会は15:00~ 16:30終了予定	22	23 休館	24	25 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	26	27少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後~12:20 自主練 稽古後~12:20 16:00-22:00 美原教室MIX 15:00~16:30 フリトレ 自主練 稽古後~17:15
28	29小3-中3稽古20回以上 18:00~19:30 少年強化 早めに入館し各自でしっかり準備運動する 中1以上大人 一般柔 19:45~21:15	30 休館	1	2	3	4	

10月	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
			1	2 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	3	4 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:20 16:00-22:00 フリトレ 美原教室MIX自主練 稽古後~17:15	5 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:20 16:00-22:00 フリトレ 美原教室MIX自主練 稽古後~17:15
5	6 小3-中3稽古20回以上 少年強化 18:00~19:30 早めに入館し各自でしっかり準備運動する 中1以上大人 一般柔 19:45~21:15	7 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	8	9 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	10	11 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:20 16:00-22:00 フリトレ 美原教室MIX自主練 稽古後~17:15	12 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:20 16:00-22:00 フリトレ 美原教室MIX自主練 稽古後~17:15
12	13	14 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	15	16 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	17	18 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:20 16:00-22:00 フリトレ 美原教室MIX自主練 稽古後~17:15	19 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:20 16:00-22:00 フリトレ 美原教室MIX自主練 稽古後~17:15
19	20 小3-中3稽古20回以上 少年強化 18:00~19:30 早めに入館し各自でしっかり準備運動する 中1以上大人 一般柔 19:45~21:15	21 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	22	23 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	24	25 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:20 フリトレは中止 m(_ _)m 美原教室MIX自主練 稽古後~17:15	26 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:20 フリトレは中止 m(_ _)m 美原教室MIX自主練 稽古後~17:15
26	27	28 少年 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後~22:15	29	30 休館	31	後日詳細発表	

11月	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
26	27	28	29	30	31	1	少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後 12:20~ 自主練 稽古後 12:20~ 16:00-22:00 美原教室MIX 15:00~16:30 フリトレ 自主練 稽古後 17:15~
2	3	4	5	6	7	8	少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後 12:20~ 自主練 稽古後 12:20~ 16:00-22:00 美原教室MIX 15:00~16:30 フリトレ 自主練 稽古後 17:15~
RF中国地区大会 in広島 9:50集合 / 16:00解散							
9	10	11	12	13	14	15	少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後 12:20~ 自主練 稽古後 12:20~ 16:00-22:00 美原教室MIX 15:00~16:30 フリトレ 自主練 稽古後 17:15~
菊野克紀 セイサンセミナー 10:30~14:30 / ¥10,000 敬天愛人手合わせ稽古会 15:30~17:00 / ¥1,000	小3-中3稽古20回以上 少年強化 18:00~19:30 早めに入館し各自でしっかり準備運動する 中1以上大人 一般柔 19:45~21:15						
16	17	18	19	20	21	22	少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後 12:20~ 自主練 稽古後 12:20~ 16:00-22:00 美原教室MIX 15:00~16:30 フリトレ 自主練 稽古後 17:15~
	小3-中3稽古20回以上 少年強化 18:00~19:30 早めに入館し各自でしっかり準備運動する 中1以上大人 一般柔 19:45~21:15						
23	24	25	26	27	28	29	少年一般MIX 10:00~11:15 女子 稽古後 12:20~ 自主練 稽古後 12:20~ 16:00-22:00 美原教室MIX 15:00~16:30 フリトレ 自主練 稽古後 17:15~
		少年一般 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後 22:15		少年一般 18:00~19:15 一般 19:45~21:15 一般自主練 稽古後 22:15		休館 フリトレは開放しているよ	
30	1	2	3	4	5	6	
RF東京国際大会 9:00集合 正式名称は、東京国際2025 RF武道空手道選手権大会							

菊野克紀専用メニュー
13時~18時 参加費無料

あの菊野克紀先生が柔空会に来る!!

11月8日(土)は
全国にいる誰ツヨ道場の会員向けのセミナーが行われます。
11月9日(日)は、一般向けの**セミナー**と**手合わせ稽古会**を開催。

セイサンセミナーin大阪

- 時間:10:30~14:30 途中昼休憩1時間
- 参加料:10,000円/見学:6000円
事前に振込。確認後申込完了。返金なし。
- 参加資格:老若男女・初心者大歓迎
楽しく最低限のマナーが守れる方
動画、写真に写っても問題の無い方
- 持ってくるもの:運動できる服装、水分



手合わせ稽古会in大阪

- 時間:15:30~17:00 **激安!**
- 参加料:1,000円(現地支払)/見学:無料 ※児童養護施設に寄付
- 敬天愛人手合わせ稽古会とは、あらゆる武道・武術・格闘技の流派が集まり、安全かつ実戦的な稽古を通じて交流する場。初心者から上級者まで参加可能。
- 主な稽古形式:
 - ・流々舞(ルルブ):目突き・金的・頭突きなども想定した寸止めスパー。
 - ・立ち技スパー:防具付きのライトコンタクト。急所攻撃はしないけど意識する。
 - ・組み技ありのスパー:立ち技スパーに加えて投げ・寝技あり。密着・膠着は禁止。
- ・集団戦:全員参加のバトルロイヤル
- 持ち物:動きやすい服、防具(任意)、水分、タオル
- 流れ:初参加は事前連絡 → 当日現地集合・支払い → 稽古 → 感想共有(サークルアップ)・写真撮影(任意)
- ※注意
 - ・怪我や疲れ、脱水症状などには最大限の注意を。
 - ・挨拶など最低限の礼儀、マナーは守ること。
 - ・加減が出来ない方は参加をお断りすることがあります。
 - ・動画、写真に写っても問題の無い方のみご参加ください(フェイスガードなどをつけて顔を隠して参加される方もいます)
 - ・写真や動画撮影は自由ですが、公開する際に誰かを不快にさせないようにお気を付けください。



美原教室へは自由にお越しください!!

美原教室は本部管轄なので、本部道場所属であっても美原教室に来てもらって構いません。できれば週2コース以上で本部と美原を混ぜていただいたり、振替に使っていただいてもオッケーです。

美原教室の生徒も週2コースなどにさせていただいて、本部の稽古にも参加いただけると嬉しいです。特に強化クラスなどには積極的に参加をおすすめします。

<リーダーさんのお手伝い募集>

しばらくの間、美原教室を引っ張ってくれる**リーダーさん**と**リーダー目指している候補生の皆さん**は、美原教室は無料で通えるようにしますので、ぜひ、お手伝い&稽古に来てください★

例えば週1コースの生徒でも本部1回と美原1回の稽古お手伝いが可能。週2の生徒なら3回目も!!

↑ **本気で先生からのお願いです。** ↑

<その他>

住所は**美原区北余部54-1** 駐車場がありますが、先着5台。中央扉の前には停めないでください。他の車の邪魔にならないように譲り合って駐車ください。

本部道場と違って柱や棚の角が尖ったままなので、ふざけて走り回らないように。

**ここが
駐車場**



柔空会のプロモーションビデオを業者をお願いして制作します! 10/25(土)撮影

詳細は後日発表